Liebe Redaktion!

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **68 (1990)**

Heft 6

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Liebe Redaktion!

Von niedrigen Betten und knarrenden Hüftgelenken

Die Nachkriegszeit brachte uns eine innenarchitektonische Neugestaltung der Schlaf- und Wohnzimmer: Schlafstätten mit und ohne Umbau konnten nicht niedrig genug sein. In meiner ehemaligen beruflichen Arbeit hatte ich immer wieder mit Leuten zu tun, die von Hüftgelenk-Arthrosen und Rückenbeschwerden geplagt wurden. Ihr Problem: mühsames Aufstehen von Betten und tiefen, «bequemen» Sitzgelegenheiten.

Natürlich gibt es heute gut durchdachte und auch funktionierende Aufstehhilfen für Behinderte. Sie haben auch ihren entsprechenden Preis. Anderseits bedarf es des öfteren bloss einer billig zu beschaffenden Erhöhung von Liege- und Sitzmöbeln. Man braucht sie nur mit unterstellten Klötzen auf eine optimale Höhe zu stellen. Durch passende Nuten oder Bohrungen können sie den Möbelfüssen angepasst und vor dem Umkippen gesichert werden. Die nötigen Ergänzungen «fürs Auge»: passende Abrundungen von Kanten, entsprechender Farbanstrich oder ein leicht anzufertigender Überzug aus Möbel- und anderen Stoffen. Gott sei Dank bin ich bis jetzt von ernstlichen Gelenkbeschwerden verschont geblieben, doch: «prévenir vaut mieux que guérir ...» Noch benütze ich die Ulmen-Bettstatt unserer Aussteuer von 1950. Vor etlicher Zeit habe ich die Bettfüsse mit Metallhülsen versehen lassen, an welche über eine massgerechte Horizontalplatte Plastikrollen von 100 mm Durchmesser angeschraubt sind. Damit habe ich mein Bett «alter Ordonnanz» nochmals um eine gute Handbreite erhöht.

Nach dem Tod meiner Frau vertauschte ich den Federrahmen und die schwere Federkernmatratze mit einem Lattenrost und einer leichten Schaumgummimatratze. Ausserdem verschraubte ich die vier Winkelträger des Lattenrahmens in den beiden Bettladen einige Zentimeter höher. Damit kommt auch die Matratze entsprechend höher zu liegen, und die Bettkante wird weicher. Ich muss nun nicht mehr «aufstehen», nein – viel würdiger, beinahe vornehmer: Ich entsteige meiner Lagerstätte ... Der Winkel des Kniegelenkes ist wesentlich offener, die Schwerpunktverlagerung des Oberkörpers geringer (und im Ernstfall auch weniger beschwerlich und schmerzhaft), weil die Bewegung mit kürzerem Weg abläuft und damit auch weniger energieaufwendig ist.

Ausserdem geht das Ein- und Ausbetten sowie Matratzenwenden ohne wesentliche Bückerei und Anstrengung vor sich. Dank der Rollen lässt sich das Bett ohne weiteres vom üblichen Platz an der Wand deplazieren. Ich kann es frei umgehen, ein Umstand, der auch bei allfälliger Pflegebedürftigkeit sehr ins Gewicht fallen dürfte.

Kleiner Nachteil: Wenn ich den Besuch der Enkel erwarte, muss ich besonders gut unterm Bett staubsaugen und flaumern. Mit Begeisterung verkriechen sich die Kinder unter mein Bett, weil sie dort gut Platz haben und weil man in dieser prächtigen Höhle so gut der Phantasie freien Lauf lassen und sich grossartige Sachen erzählen kann.

Hans Greiner

Peinliche Reaktion

Die Einsamkeit vieler älterer Menschen ist ohne Zweifel eine unbestrittene Tatsache. Daraus müsste man eigentlich ableiten, dass alle Bestrebungen, solche Mitbürger aus ihrer Isolation herauszuführen, unsere volle Unterstützung und Anerkennung verdienen würden. Wenn nun in der letzten Zeitlupe eine sogenannte «Elisabeth von Hohrain» als 70jährige in einer Art Brief über einen gutgemeinten Besuch aus der Gemeinde diese Geste als Zumutung empfindet, so ist diese Reaktion mehr als peinlich. Wie oft ist von einer zur Schau gestellten Selbständigkeit nur ein kleiner Schritt bis zur Hilfsbedürftigkeit und eine Anlaufstelle sehr willkommen. Niemand ist vor einem solchen Schicksalsschlag gefeit. Statt Dankbarkeit gegenüber Behörden und Organisationen zu zeigen, denen das Wohlergehen ihrer älteren Mitmenschen nicht gleichgültig ist, wird hier eine ausgestreckte Hand auf unverständliche Weise abgewiesen. Dass dies einer

wünschbaren Hilfsbereitschaft gegenüber der älteren Generation kaum förderlich ist, braucht nicht besonders hervorgehoben zu werden. Betrüblich ist auch vor allem, dass so etwas Eingang findet in eine Zeitschrift, deren Aufgabe es eigentlich sein sollte, vermehrtes Verständnis und Mitempfinden gegenüber dem Alter zu wecken und dessen Probleme aufzuzeigen. *Karl Schilling*

Noch nie unangemeldet erschienen

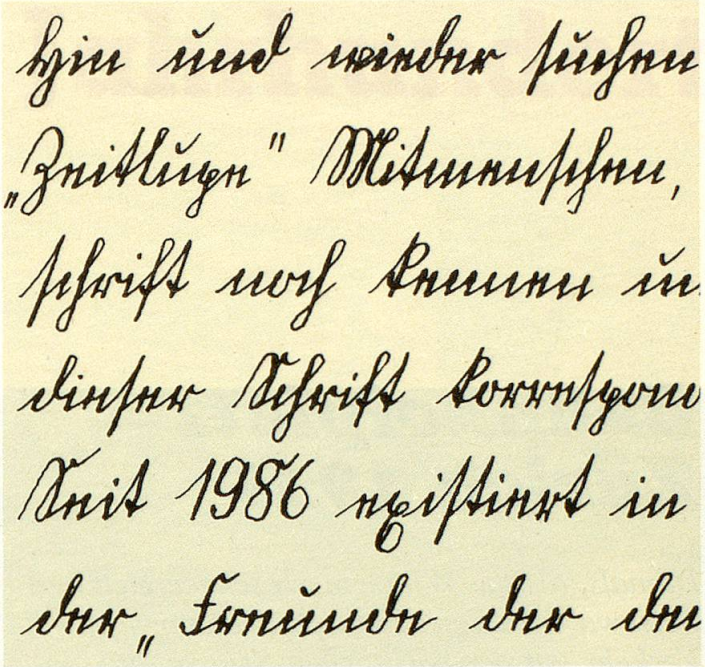
Die Kurzgeschichte in der letzten Zeitlupe «Wehe dem, der 70 geworden» hat mich sehr beschäftigt, und ich verstehe den Unmut der zornigen Schreiberin durchaus. Es drängt mich aber, über eine Erfahrung grundsätzlicher Art zu berichten: In unserer Kirchgemeinde werden seit etlichen Jahren ältere Gemeindeglieder an ihren runden Geburtstagen vom 75. Geburtstag an besucht, nicht «um sie zu betreuen», sondern um ihnen einfach herzlich zu gratulieren. Auch bei uns «spuckt» ein Computer der Kirchenverwaltung die Daten aus.

Ich beteilige mich seit einigen Jahren an diesen Besuchen. Noch nie aber bin ich unangemeldet erschienen, sondern nach telefonischer Vereinbarung zur gewünschten Zeit und am passenden Tag (nicht unbedingt am Geburtstag selber). Ich habe bisher nur erfreuliche Erfahrungen gemacht. Wohl sind manche Besuchte etwas überrascht, freuen sich aber immer, dass man an sie denkt, freuen sich auch am kleinen Blumengruss, den wir mitbringen. Es kommt auch oft zu lebhaften Gesprächen, in denen das Geburtstagskind spontan viel aus seinem Leben erzählt. An meinem eigenen runden Geburtstag habe auch ich eine Besucherin mit Freuden empfangen und ausführlich mit ihr geplaudert.

So werde ich mich voraussichtlich auch 1991 für diesen Besuchsdienst melden. *Agathe Christ*

Freunde der deutschen Kurrentschrift

Hin und wieder suchen Leserinnen und Leser der «Zeitlupe» Mitmenschen, welche die deutsche Kurrentschrift noch kennen und gerne miteinander in dieser Schrift korrespondieren möchten. Seit 1986 existiert in der Schweiz die Vereinigung der «Freunde der deutschen Kurrentschrift». Die 260 Mitglieder sind in 14 Gruppen eingeteilt. Die


hin und wieder suchen
„Zeitlupe" Mitmenschen,
schrift noch kennen u.
dieser Schrift korrespon
Seit 1986 existiert in
der „Freunde der deu

Mitglieder schreiben sich in der «D-K-S». Interessentinnen und Interessenten, die an der Schrift Freude haben, ihre Kenntnisse auffrischen wollen und helfen möchten, ein Kulturgut zu bewahren, verlangen beim Obmann das Informationsblatt über die Vereinigung. Sie erhalten mit dem Infoblatt auch das Alphabet der deutschen Kurrentschrift.

Kontaktadresse: Herr Kurt Kanobel, Grauholzstrasse 33, 3063 Ittigen

Über Stöcke, Telefone und Kabel

Ich möchte aus meiner Erfahrung gerne andern etwas mitteilen:

Die meisten *Stöcke* sind aus braunem Naturholz oder von dunkler Farbe. Oft sucht man wegen der unauffälligen Farbe seinen Stock (z.B. im Wohnraum des Altersheimes). Meinen Stock habe ich oben gelb und den untern Teil (bis Tischhöhe) hellgrau gestrichen. So habe ich keine Probleme! (Diesen Stock brauche ich nur im Altersheim, für Spaziergänge habe ich einen gewöhnlichen Stock.)

Mein *Telefon* besitzt einen roten Untersatz, der bei einem Anruf rot aufleuchtet und gut hörbar läutet. Ich bin schwerhörig und schalte meinen Hörapparat nur bei Bedarf ein. Im übrigen gibt es nicht nur schwarze *Kabel*: Farbig sind sie besser sichtbar! *Herr H. Franz*